

Rok akademicki: 2019/2020

ID zajęć: 509521

ETAP: Semestr letni

Informacje ogólne:**Prowadzący:** dr Tomasz Jankowski**Organizator:** Wydział Nauk Społecznych
Instytut Psychologii**Liczba godzin tygodni / semestr:** 2 / 30**Jezyk wykładowy:** Język polski**Kierunek studiów:****Lokalizacja w planach rocznych:** Rok - Semestr**Punkty ECTS:****Forma zaliczenia:** Nie sklasyfikowany**Cele przedmiotu:**

- C1 - przedstawienie wszechstronnej i aktualnej wiedzy psychologicznej dotyczącej rozwoju osobistego.
- C2 - nabycie umiejętności pozwalającej na diagnozowanie wskaźników rozwoju osobistego, jak również czynników osobowościowych oraz środowiskowych mających wpływ na jakość funkcjonowania.
- C3 - nabycie umiejętności pozwalającej na stymulowanie rozwoju osobistego u siebie oraz innych osób.
- C4 - nabycie umiejętności dotyczącej poprawy jakości funkcjonowania w obszarze pracy zawodowej.

Wymagania wstępne:

- W1 - znajomość zagadnień z wykładu: stymulowanie rozwoju osobistego
- W2 - znajomość zagadnień z przedmiotu: psychologia osobowości
- W3 - znajomość zagadnień z przedmiotu: diagnoza psychologiczna

Efekty kształcenia dla przedmiotu:

W kategorii wiedzy

K_W01 Poznać różne koncepcje rozwoju osobistego oraz optymalnego funkcjonowania

K_W01 Wymienić i opisać wskaźniki rozwoju osobistego oraz optymalnego funkcjonowania

K_W08 Określać różne rodzaje motywacji i ich wpływ na przebieg rozwoju osobistego oraz osiąganie optymalnego funkcjonowania

K_W09 Znać metody służące do pomiaru stopnia rozwoju osobistego oraz poziomu motywacji prorozwojowej

K_W05 Opisać czynniki środowiskowe/rodzinne/organizacyjne wspomagające vs. utrudniające optymalne funkcjonowanie

K_W08 Posiadać wiedzę na temat sposobów stymulowania rozwoju osobistego

W kategorii umiejętności

K_U10 Adekwatnie dobierać metody służące do diagnozy dobrostanu i rozwoju osobistego w konkretnych sytuacjach

K_U01 Rozpoznawać i interpretować wskaźniki rozwoju osobistego i optymalnego funkcjonowania

K_U08 Interpretować metody do badania: (1) stopnia rozwoju osobistego, (2) rodzaju i poziomu motywacji służącej rozwojowi, (3) nasilenia wewnętrznych dyspozycji osobowościowych sprzyjających rozwojowi

K_U07 Rozpoznać różne rodzaje motywacji (zgodnie z teorią autodeterminacji) oraz określać jej poziom w konkretnych sytuacjach decyzyjnych

K_U13 Formułować konkretne cele i plany zgodne z osobistymi wartościami

W kategorii kompetencji społecznych

K_K05 Udzielać konstruktywnych informacji zwrotnych dotyczących optymalnych kierunków rozwoju człowieka.

K_K01 Posiadać świadomość własnego rozwoju oraz budować własne plany rozwojowe

K_K06 Diagnozować indywidualny, spersonalizowany przebieg procesu zmiany zachowań

K_K07 Przyjmować krytyczny punkt widzenia na różne formy aktywności człowieka pod kątem ich związku z optymalnym funkcjonowaniem

K_K08 Być otwartym na odmienne punkty widzenia, dialog i dyskusję w trakcie zajęć

Metody dydaktyczne:

Dyskusja, analiza przypadków, praca w grupach, analiza tekstów z dyskusją, wykonywanie badania, burza mózgów

Kryteria oceny i sposoby weryfikacji zakładanych efektów kształcenia:

Niedostateczna

W - student nie zna podstawowych koncepcji rozwoju osobistego

U - student nie potrafi zastosować żadnej z metod do diagnozowania rozwoju osobistego

U - student nie potrafi zastosować żadnej z podstawowych technik stymulowania rozwoju osobistego

U - student nie potrafi właściwie rozpoznać wskaźników rozwoju osobistego

K - student nie jest świadomy indywidualnego charakteru rozwoju osobistego

Opis zajęć: Stymulowanie rozwoju osobistego (PWJŻ) (konwersatorium)

Dostateczna

W - student zna wybrane koncepcje rozwoju osobistego

U - student potrafi zastosować wybrane metody do diagnozowania rozwoju osobistego

U- student potrafi zastosować wybrane techniki stymulowania rozwoju osobistego

U - student potrafi wymienić wybrane wskaźniki rozwoju osobistego

K - student jest świadomy indywidualnego charakteru rozwoju osobistego, ale nie potrafi wyjść poza własną perspektywę rozwoju osobistego

Dobra

W - student zna większość koncepcji rozwoju osobistego

U - student potrafi zastosować większość wymaganych metod do diagnozowania rozwoju osobistego

U - student potrafi zastosować większość wymaganych technik stymulowania rozwoju osobistego

U - student potrafi wymienić większośćwymaganych wskaźników rozwoju osobistego

K - student jest świadomy indywidualnego charakteru rozwoju osobistego oraz potrafi dyskutować na temat innych perspektyw rozwoju niż jego własna

Bardzo dobra

W - student zna wszystkie wymagane koncepcje rozwoju osobistego

U - student potrafi zastosować wszystkie wymagane metody do diagnozowania rozwoju osobistego

U - student potrafi zastosować wszystkie wymagane techniki stymulowania rozwoju osobistego

U - student potrafi wymienić wszystkie wymagane wskaźniki rozwoju osobistego

K - student jest świadomy indywidualnego charakteru rozwoju osobistego, a także potrafi empatycznie zrozumieć inną perspektywę rozwoju osobistego niż jego własna

Treści programowe przedmiotu:

1. Koncepcje rozwoju osobistego.
2. Koncepcja optymalnego funkcjonowania.
3. Metody do diagnozowania aktualnego stopnia rozwoju osobistego.
4. Planowanie rozwoju osobistego.
5. Zapobieganie wypaleniu zawodowemu.
6. Rozmowa motywująca.
7. Uwaga i refleksyjność w stymulowaniu optymalnego funkcjonowania oraz rozwoju osobistego
8. Diagnozowania indywidualnego poziomu stresu.
9. Radzenie sobie ze stresem.

Literatura:

brak!